


**P1**  
2018年通常総代会報告  
岩手からの復興だより④

**P2~5**  
2018年通常総代会報告

**P6**  
剰余金処分について  
公告  
2019年総代選挙公示

**P7**  
わがまちの子ども食堂訪問記②  
ずっとポラの会

**P8~9**  
組合員活動のコーナー


**P10~11**  
150号記念企画  
「パル子ちゃんファミリー大公開」  
イベント情報  
ミラフロレス 

応募者  
プレゼントも  
あるよ

**P12**  
コープシアター例会報告  
理事会・監事会報告

**P13**  
きれいの術  
クロスワード  
クイズ 

今月の  
プレゼント

**P14**  
商品検査室だより  
組合員さんの声にこたえて 

**P16~15**  
特集「うなぎ専門店『魚伊』  
炭火焼うなぎ」  
Pa・ぱっとクッキング

 生産者さん おじゃまして～す

～大阪市・うなぎ専門店・魚伊～

# 肉厚で炭火の香りもしておいしかった!

(昨年利用された組合員さんの声より)



2018年の夏の“土用の丑”は、  
7月20日(金)です。予約は終了し  
ましたが、まだ通常企画でのご注文  
が可能です。



**うなぎ専門店「魚伊」  
炭火焼うなぎ(タレ・山椒付)**  
160g(1尾)



一尾一尾、備長炭で  
焼き上げます

「うなぎ専門店『魚伊』炭火焼うなぎ」の記事は15ページに続く 

## Pa・ぱっとクッキング 147

<http://www.palcoop.or.jp/osusume/recipe/index.html>

### 「炭火焼うなぎ」にあう一品 もやしとみょうがの酢の物

1人当り90kcal

#### 材料・2人分

根取りもやし……………1袋  
キュウリ……………1/2本  
みょうが……………2個  
たくあん……………20g  
べんり酢……………大3

#### 作り方

- ①もやしは熱湯にさっとくぐらせてザルにあげ、水気を取る。
- ②みょうが、たくあんはそれぞれ細切りにして水にさらす。
- ③きゅうりは斜め薄切りにし、さらに細切りにして軽く塩をふりもんでおく。
- ④みょうが、たくあんは水気を絞り、きゅうりも軽く絞り、もやしと一緒に全てをボウルに入れ、べんり酢で酢で和える。

\*うなぎに合う、さっぱり味の優しい一品!

